DTS

DESARROLLOS TÉCNICOS PARA TU SALUD

CONSEJOS

PARA UN CORRECTO

MANEJO Y USO DEL

MONITOR CARDIOLOGICO

Miguel Yuste , 44 • 28037 Madrid • Tel: 911 923 554 • Dtssalud.com • info@dtssalud.com

DTS

DESARROLLOS TÉCNICOS PARA TU SALUD

Antes de manejar o utilizar este producto, es necesario que el personal operario lea detenidamente el manual de instrucciones que se adjunta.

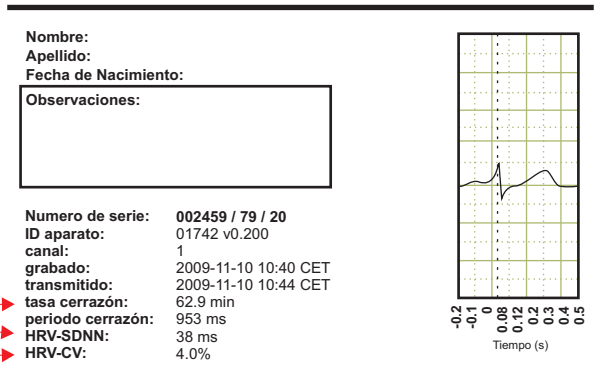
Es muy importante, considerar y tener siempre en cuenta, que el fabricante diseño este aparato como instrumento de prevención para aquellas personas que estén interesadas en su **ritmo cardiaco** , así como en el control de la **adaptación al entrenamiento** en deportistas, también en personas que se van a **iniciar al ejercicio físico** en instalaciones deportivas y Gimnasios, etc,, así como los que hacen deporte por **libre** en cualquier lugar.
El registroelectrocardiográfico que ofrece <Clue Medical>
está previsto para la evaluación por parte de un **facultativo cualificado**, el significado clínico del mismo tiene que ser necesariamente evaluado por un **médico**.

Notas Previas: Este monitor cardiológico, realiza un registro electrocardiográfico de una sola derivación (V2), además de calcular

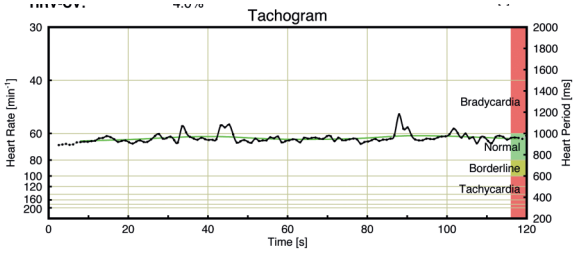
su **frecuencia cardiaca (Tasa Corazón),**

su **variabilidad absoluta (HRV-SDNN)**

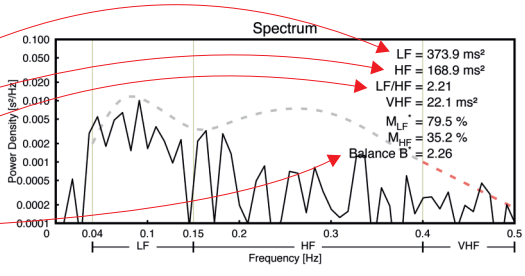
y su **variabilidad relativa (HRV-CV)**.



El informe ofrece una representación gráfica **(Tacograma),** en la que muestra de forma sencilla y comprensible el nivel de los parámetros estudiados.



También calcula y representa (FFT Espectro) la actividad de **Sistema Nervioso Simpático (L.F)** y la actividad del **Sistema Nervioso Parasimpático (H.F)**, obteniendo de la fracción de ambas **(L.F/H.F)** y de su **Balance** una impresión global del funcionamiento del Sistema Nervioso Autónomo.



Miguel Yuste , 44 • 28037 Madrid • Tel: 911 923 554 • Dtssalud.com • info@dtssalud.com

DTS
DESARROLLOS TÉCNICOS PARA TU SALUD

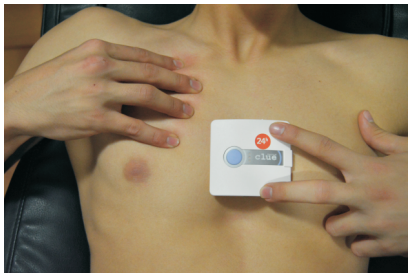
Consejos de Aplicación

- **Conviene que antes de su uso, el receptor de la prueba no haya realizado ejercicio físico intensivo al menos durante los quince minutos anteriores.**

- **Esta prueba, salvo por prescripción médico-facultativa, no se le debe realizar a menores de 12 años.**

- **Buscando la mayor fiabilidad de la prueba, no conviene que en los 90 minutos anteriores a su realización, se haya realizado una ingesta copiosa de alimentos o bebida frías con gas.**

- **Es muy importante que el aparato se coloque correctamente para la prueba. Hay que ubicarlo con el emisor de infrarrojos siempre mirando al brazo izquierdo, colocándolo en el centro del cuerpo del esternón (sobre el cuarto espacio intercostal) y presionando sobre él firmemente con dos dedos de cada mano, para evitar que se mueva durante los dos minutos que dura la prueba.**



- **El usuario hará la prueba sentado, con la espalda bien apoyada en el respaldo, permaneciendo inmóvil durante la prueba, no hablando y respirando de forma relajada.**

- **Después de cada prueba, el dispositivo deberá ser desinfectado con un preparado sin aldehídos. SE recomienda Clorhexidina solución acuosa al 2%, que será aplicada con apósito de celulosa desechable. Periódicamente se limpiara con un paño suave que no suelte pelusas, humedecido en agua caliente y utilizando un jabón suave (pH neutro)**

Miguel Yuste , 44 • 28037 Madrid • Tel: 911 923 554 • Dtssalud.com • info@dtssalud.com

DTS
DESARROLLOS TÉCNICOS PARA TU SALUD

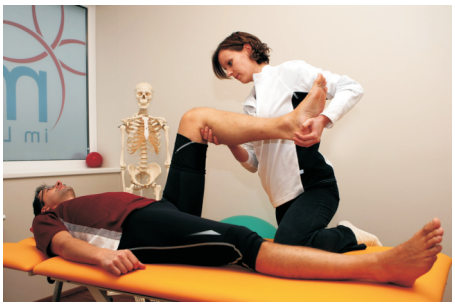
Consideraciones a los valores de los parámetros:

Siempre hay que tener en cuenta que la variabilidad cardiaca, es inversamente proporcional a la frecuencia cardiaca y a la fatiga física. De manera que el incremento de la frecuencia o de la fatiga física, se corresponde con una disminución proporcional de la variabilidad. Se debe considerar también, que la variabilidad desciende con la edad (a medida que la persona va envejeciendo, este parámetro desciende).

La frecuencia cardiaca normal en reposo, en los adultos normalmente oscila entre 60 y 80 pulsaciones. En muchos casos, valores superiores se deben a la excitación o nerviosismo con el que algunas personas se enfrentan al hacerse la prueba.

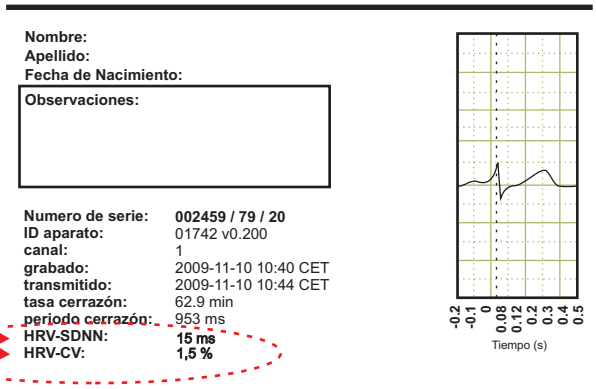
De igual manera, en algunos casos, valores inferiores se corresponden con individuos con un alto nivel de preparación física (Deportistas).

La variabilidad es un fiel y muy útil indicativo para el control de la salud en población general. En el ámbito del deporte, su aplicación principal puede ser un marcador precoz de estados de fatiga o sobre entrenamiento.



Por lo general, y con las excepciones de algunas enfermedades (Diabetes, Enfermedad Tiroidea,...) y del consumo de algunos medicamentos (Beta-bloqueantes,...) que hacen descender los valores de la variabilidad cardiaca, la actitud que tenemos que tener ante los valores de esta son:

Por lo general, y con las excepciones de algunas enfermedades (Diabetes, Enfermedad Tiroidea,...) y del consumo de algunos medicamentos Beta- bloqueantes,...) que hacen descender los valores de la variabilidad cardiaca, la actitud que tenemos que tener ante los valores de esta son:



- Variabilidades absolutas(HRV-SDNN) inferiores a 15 ms o

Variabilidades relativas (HRV-CV) inferiores a 1,5 %,

deben ser motivo de consulta con el médico.

Mientras el facultativo no lo autorice no deberá realizar práctica deportiva alguna.

- HRV-SDNN entre 15 y 25, HRV.CV entre 1,5 y 2,5 son sugerentes de vida muy sedentaria.

- HRV-SDNN entre 25 y 35, HRV-CV entre 2,5 y 3,5 son sugerentes de poca actividad física.

- HRV-SDNN entre 35 y 50, HRV-CV entre 3,5 y 5 son sugerentes de actividad física esporádica.

- HRV-SDNN entre 50 y 65, HRV-CV entre 5 y 6,5 son sugerentes de actividad física frecuente.

- HRV-SDNN desde 65 y HRV-CV 6,5 son sugerentes de actividades físicas muy frecuentes y /o rutinas de entrenamiento constantes.

DTS

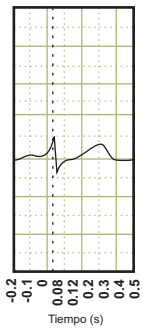
DESARROLLOS TÉCNICOS PARA TU SALUD

La variabilidad absoluta (HRV-SDNN), siempre es más sensible a las paradas o disminuciones de las rutinas físicas. Por lo general cuando veamos una variabilidad relativa (HRV-CV) en un rango superior al que le correspondería en razón de la variabilidad absoluta, esto será indicativo de que el individuo, durante un periodo más o menos prolongado, ha bajado ostensiblemente en el esfuerzo físico que venía realizando. Por ejemplo, HRV-SDNN 49 ms y HRV-CV 6,7 %.

Nombre:
Apellido:
Fecha de Nacimiento:

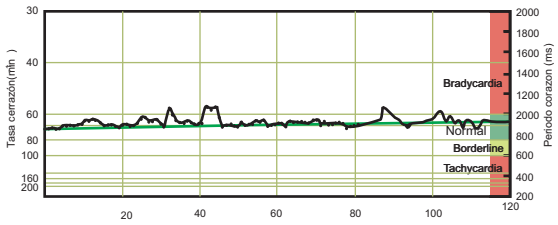
Observaciones:

Numero de serie:	**002459 / 79 / 20**
ID aparato:	01742 v0.200
canal:	1
grabado:	2009-11-10 10:40 CET
transmitido:	2009-11-10 10:44 CET
tasa cerrazón:	62.9 min
periodo cerrazón:	953 ms
HRV-SDNN:	**49 ms**
HRV-CV:	**6,7 %**

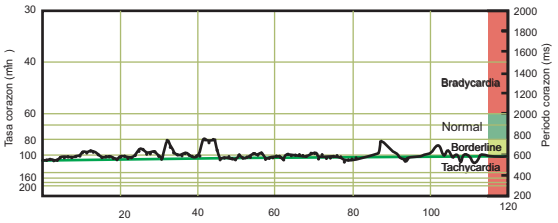


En lo referente a la actitud ante los resultados del Tacograma, se debe proceder de la siguiente manera:

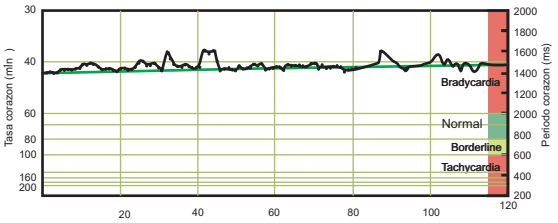
- Zona verde (Normal) .....
Nuestro ritmo y variabilidad se encuentran dentro de parámetros normales.



- Zona amarilla (Límite) .....
Conviene repetir la prueba a la semana, y si continua en zona límite, consultar con su médico.



- Zona Roja (Taquicardia o Bradicardia) ....
Debe solicitar consulta con su médico..



En lo referente al Balance de la actividad del Sistema Nervioso Simpático (LF) y Sistema Nervioso Parasimpático (HF), sus valores deben sugerirnos:

- Balances entre 1 y 5..... Adecuada gestión del Estrés.
- Balances entre 6 y 10..... Inadecuada gestión del Estrés.
- Balances > 10..... mala gestión del Estrés. Alto nivel de frustración y ansiedad. Riesgo evidente de trastorno psicosomátic